

అమృతానికన్నా తియ్యన.. అమృపాలు

- పిల్లలకు పోతపాలు వద్దే వద్దు..
- నేటి నుంచి 'తల్లిపాల వారోత్సవాలు'
- అవగాహన కార్యక్రమాలకు ఐసీడీఎస్ సిద్ధం

ఖమ్మం వ్యవసాయం, జూలై 31: మానసిక బలమైన పోషకాహారం అమృతం.. అమృతం గొప్పతనాన్ని తెలియజేసేందుకు ప్రతి ఏడాది నేటి నుంచి వారోత్సవం జరుగుతుంది. తల్లిపాల వారోత్సవాలను నిర్వహిస్తున్నది రాష్ట్ర ప్రభుత్వం. ఇందుకోసం ఖమ్మం జిల్లాలో ఐసీడీఎస్ అనుబంధ కార్యకర్తలను నియమించారు. స్థానిక సంస్థలను ప్రోత్సహించి రూపొందించింది. నేటి నుంచి జిల్లావ్యాప్తంగా అన్ని అంగన్వాడీ కేంద్రాల పరిధిలో పలు కార్యక్రమాలు జరుగుతున్నాయి.

అంతకు ముందు, ఇవి తాగిస్తే పుట్టిన క్షణం నుంచే పిల్లలకు అనారోగ్యం కొని తెచ్చిస్తోంది. శిశువులకు ఎన్నిసార్లు పాలు ఇవ్వాలనేది తల్లిలకు ఎక్కువ మందికి తెలియకపోవడంతో ఏడాదిలో పాలు ఇవ్వడం ఆపివేస్తున్నారని నివేదికలు చెబుతున్నాయి.

మురుపాలు శిశువుకు ఆరోగ్యం.. ప్రసవించిన తర్వాత గంటల్లోపు తల్లి బిడ్డకు అందించే మురుపాలు మంచి యాంటీ బయోటెక్నికా ఉపయో

గడతాయి. మూడోజిల్లాపాలు పనుపురంగుల వద్దే ఈ పాలలో బిడ్డ ఎదుగుదలకు కావాల్సిన ప్రతిబిడ్డకు ఉండే కామెట్ల మురుపాలను ఇవ్వడం వల్ల 90కాశం మంది పోషకాహారం అందే వరకు రెండు సంవత్సరాల వరకు తల్లిపాలు పడితే మంచి పోషకాహారం అందే వరకు తల్లిపాలు ప్రకృతి సహజంగా లభించేవి. పిల్లలకు మానసిక ఆరోగ్యం, మేధోసంపత్తి పెరుగుతుంది. పోతపాలతో చిన్నారుల అంగారు భవిష్యత్తుకు అటంకం కలుగుతుంది. పాలివ్వడం వల్ల కేవలం బిడ్డకు మాత్రమే కాదు తల్లికి కూడా ఆరోగ్య కార్యకర్తలు, అంజును క్యాన్సర్, గర్భాశయ క్యాన్సర్, ఎముకల బలహీనత తదితర జబ్బుల నుంచి రక్షణ కలుగుతుంది.

నేడే బ్రహ్మాండమైన ఖడుదల



సంఖ్య 35 ఎంఎం ఎ/సి - ఆర్.టి.సి. క్రాస్ రోడ్స్ - 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

రామకృష్ణ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.30, 2.30, 6.00, 9.15	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.30, 2.30, 6.00, 9.15	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - లంగర్ హౌస్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
రామకృష్ణ 70 ఎ/సి - దిల్ సుఖ్ నగర్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15	దిల్ సుఖ్ నగర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.30, 2.30, 6.00, 9.30	భూబంజర్ 70 ఎ/సి - జి.పి.బస్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
ఇంద్రధాని 70 ఎంఎం ఎ/సి - కామిని 11.15, 6.15	కృష్ణ 70 ఎ/సి - ఉప్పల 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	సాయిరంగం 70 ఎ/సి - మియాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
ఇంద్రధాని 70 ఎంఎం ఎ/సి - కామిని 11.15, 6.15	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	శ్రీరామ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
సాయిరామ్ ఎ/సి - మలకాపూర్ 11.15, 6.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
సాయిరామ్ ఎ/సి - మలకాపూర్ 11.15, 6.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
సాయిరామ్ ఎ/సి - మలకాపూర్ 11.15, 6.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

పవన్ కళ్యాణ్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్ పవన్ కళ్యాణ్ ఎ/సి - వరంగల్	అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్	అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్ అలకాపూర్ ఎ/సి - అలకాపూర్
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

JUNGLEE PICTURES PRESENTS

ULAAH

DIRECTED BY SUDHANSHU SARIA
PRODUCED BY VINEET JAIN
CO PRODUCED BY AMRITA PANDEY
WRITTEN BY PARVEZ SHAIKH, SUDHANSHU SARIA
DIALOGUES BY ATIKA CHOCHAN

IN CINEMAS TOMORROW

BOOK YOUR TICKETS NOW

BLOCK BUSTER

సంఖ్య

35 ఎంఎం ఎ/సి - ఆర్.టి.సి. క్రాస్ రోడ్స్
11.00, 2.00, 6.00, 9.00

అలకాపూర్ 70 - కూకట్ పల్లి 11.30, 2.30, 6.30, 9.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
అలకాపూర్ 70 - కూకట్ పల్లి 11.30, 2.30, 6.30, 9.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
అలకాపూర్ 70 - కూకట్ పల్లి 11.30, 2.30, 6.30, 9.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

పోలీస్ సిబ్బంది సంక్షేమానికి ప్రాధాన్యం

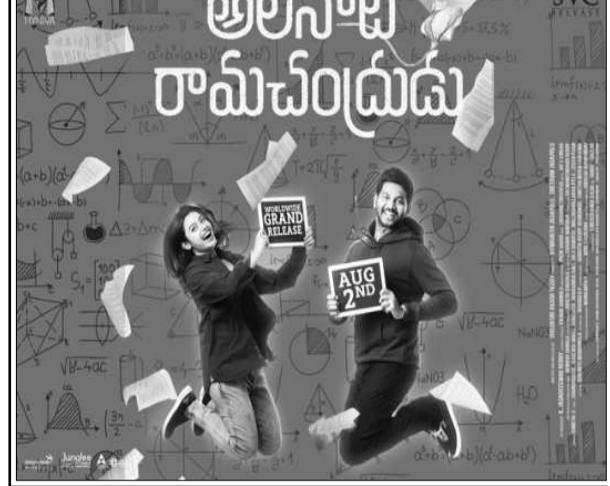
పోలీస్ కమిషనర్ సునీల్ దత్

మామిళ్ గూడెం, జూలై 31 : జిల్లాలో పోలీస్ సిబ్బంది సంక్షేమానికి అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తామని పోలీస్ కమిషనర్ సునీల్ దత్ అన్నారు. పోలీస్ కమిషనర్ డి.ఎల్.ఎస్. పాల్వే పోలీస్ సిబ్బంది విశ్రాంతి తీసుకోవడానికి నిర్బంధించిన పనితీరును పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బందితో కలిసి బుధవారం సీట్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ విడి నిర్వహణలో భాగంగా జిల్లా పాల్వే కార్యకర్తల వద్దే సిబ్బంది విశ్రాంతి గడులు లేక జబ్బుంది పడుతున్నారనే విషయం తన దృష్టికి వచ్చిందని, డి.ఎల్.ఎస్. పాల్వే విశ్రాంతి గడులు నిర్వహణను తెలిపారు. 24/7 విధులు నిర్వహించే సిబ్బందికి విశ్రాంతి ఎంతో అవసరమని, దానికి అనుగుణంగా బెడ్లతో కూడిన గడులు నిర్వహించామన్నారు. మరొక సమర్థవంతంగా విధులు నిర్వహించేందుకు వీలగా ఇటీవల పోలీస్ సిబ్బందికి ఆరోగ్య పరీక్షలు నిర్వహించినట్లు తెలిపారు. పోలీస్ పాల్వే కార్యకర్తల పనితీరుల పరీక్షలను చేపట్టాలని అభిప్రాయపడ్డారు. పోలీస్ పాల్వే కార్యకర్తల పనితీరుల పరీక్షలను చేపట్టాలని అభిప్రాయపడ్డారు. పోలీస్ పాల్వే కార్యకర్తల పనితీరుల పరీక్షలను చేపట్టాలని అభిప్రాయపడ్డారు.

బాలివుడ్ లైంగిక దాడి కేసులో ముగ్గులకి జీవిత ఖైదు

కోర్టుగౌడెం టౌన్, జూలై 31 : ఓ విద్యార్థిని లైంగిక దాడికి పాల్పడిన ముగ్గురికి జీవిత ఖైదు విధిస్తూ భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా ప్రధాన న్యాయమూర్తి పాటిల్ పసంత్ బుధవారం తీర్పు చెప్పారు. వివరాలు ఇలా ఉన్నాయి. 8వ తరగతి చదువుతున్న బాలిక కిరాణి మెట్టా వ్యవస్థాపక కార్యకర్తల సహాయంతో లైంగిక దాడికి పాల్పడిన ముగ్గురు వ్యక్తులను కోర్టు జీవిత ఖైదు విధించింది. పోలీస్ పాల్వే కార్యకర్తల పనితీరుల పరీక్షలను చేపట్టాలని అభిప్రాయపడ్డారు. పోలీస్ పాల్వే కార్యకర్తల పనితీరుల పరీక్షలను చేపట్టాలని అభిప్రాయపడ్డారు. పోలీస్ పాల్వే కార్యకర్తల పనితీరుల పరీక్షలను చేపట్టాలని అభిప్రాయపడ్డారు.

రేపే బ్రహ్మాండమైన ఖడుదల



శాంతి 70 - నారాయణగూడ 11.00, 6.00

అలకాపూర్ 70 - కూకట్ పల్లి 11.30, 2.30, 6.30, 9.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
అలకాపూర్ 70 - కూకట్ పల్లి 11.30, 2.30, 6.30, 9.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
అలకాపూర్ 70 - కూకట్ పల్లి 11.30, 2.30, 6.30, 9.30	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	అలకాపూర్ 70 ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

రేపే బ్రహ్మాండమైన ఖడుదల



సప్తగిరి 70 ఎంఎం ఎ/సి - ఆర్.టి.సి. క్రాస్ రోడ్స్

రాజధాని 70 ఎంఎం ఎ/సి - దిల్ సుఖ్ నగర్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15	అలకాపూర్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	భూబంజర్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - జి.పి.బస్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
రాజధాని 70 ఎంఎం ఎ/సి - దిల్ సుఖ్ నగర్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15	అలకాపూర్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	భూబంజర్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - జి.పి.బస్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
రాజధాని 70 ఎంఎం ఎ/సి - దిల్ సుఖ్ నగర్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15	అలకాపూర్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00	భూబంజర్ 70 ఎంఎం ఎ/సి - జి.పి.బస్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

SUPER HIT... నేడే చూడండి

MULTIPLEX RATE 150/- SINGLE SCREEN RATE 110/- 80/- 50/-



సప్తగిరి 70 ఎ/సి - ఆర్.టి.సి. క్రాస్ రోడ్స్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00

రాజధాని 70 - దిల్ సుఖ్ నగర్ 2.20, 9.15	అంజలి - సికింద్రాబాద్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15	అలకాపూర్ 70 - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
రాజధాని 70 - దిల్ సుఖ్ నగర్ 2.20, 9.15	అంజలి - సికింద్రాబాద్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15	అలకాపూర్ 70 - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00
రాజధాని 70 - దిల్ సుఖ్ నగర్ 2.20, 9.15	అంజలి - సికింద్రాబాద్ 11.15, 2.15, 6.15, 9.15	అలకాపూర్ 70 - అలకాపూర్ 11.00, 2.00, 6.00, 9.00